

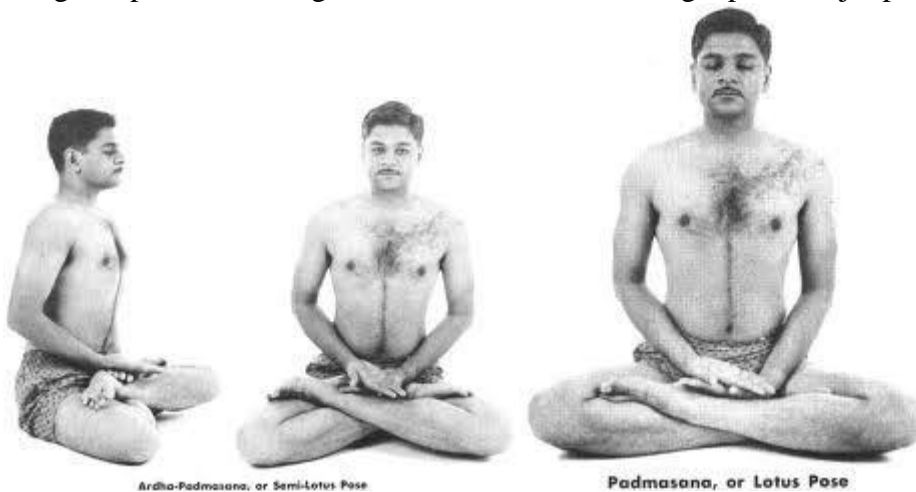
Meditasi dari Vairocana Buddha

Mei 29, 2010 · Filed under [meditasi](#) · Tagged [meditasi](#)

Source :Grandmaster Lu's Book>51_Highest Yoga tantra and Mahamudra catatan hanya boleh di copy untuk forum/situs True buddha sch/chen fo cung. ini bukan pesan dari saya tapi dari yang di atas.

Bab 03: The Meditation from Vairocana

Pertama kita harus belajar postur meditasi tujuh titik, yang juga dikenal sebagai tujuh titik dari Vairocana.(seven point of Vairochana Buddha). Postur meditasi ini berguna untuk mencapai keseimbangan dalam pikiran dan tubuh melalui postur duduk. Di India, posisi duduk untuk meditasi ini disebut sebagai posisi lotus penuh, dan kita tahu sebagai posisi kaki yang bersilangan Seperti sering terlihat di pratima Budha, kaki-kaki dengan postur vajra, dengan kedua kaki bersilangan dan telapak menghadap ke atas. Dengan demikian ia disebut sebagai posisi vajra penuh.



Duduk dalam posisi lotus penuh membuat tubuh dan pikiran untuk tetap diam lengkap dalam keseimbangan, menghapus pikiran kacau dan sirkulasi darah lebih lancar. Hal ini akan membuat tubuh lemas lembut dan mampu bertahan duduk. Melalui postur meditasi tujuh titik , seseorang dapat memperoleh kebijaksanaan yang paling awal. Mencapai kestabilan meditasi, dan langsung mencapai kebuddhaan dalam tubuh sekarang.

Mengapa ia disebut tujuh poin dari Vairocana? Hal ini karena Vairocana Buddha merupakan pusat Dhyani Buddha dari Lima Buddha, juga dikenal sebagai Buddha Matahari yang agung (Dainichi Nyorai). Vairocana adalah pemimpin utama dari Buddha aliran esoterik, dan merupakan dewa utama dari kedua Mandala Vajradhatu dan Mandala Garbhadhatu, yang melambangkan sinar alam semesta.



Gambar Vairocana dalam permata, atau Mandala Vajradhatu, yang dikenal sebagai tubuh dharmakaya dari Buddha matahari yang agung, di mana ia menampilkan Mudra kebijaksanaan. Gambar Vairocana dalam kandungan, atau Garbhadhatu, Mandala, mewakili prinsip atau alasan (dalam bahasa Jepang, Ri) aspek Dainichi, dan dikenal sebagai (sambhogakaya ?) dari Buddha Matahari yang agung Dalam gambar ini menampilkan Vairocana Mudra Dharmadhatu (di Jepang, disebut Hokaijyo-in).

Menurut sutra, wujud dari Buddha Vairocana dijelaskan sebagai berikut: Vairocana duduk di takhta teratai permata berkelopak delapan, ia memiliki tubuh berwarna emas, yang muncul seperti Bodhisattva duduk bersila pada teratai permata, memakai mahkota lima Buddha yang tak ternilai bercat putih. Punggungnya dipenuhi kombinasi dari lima cahaya yang berputar, kepalanya yang dikelilingi dengan awan, dan tubuhnya yang dikelilingi aura cahaya yang warna-warni berlapis-lapis seperti dalam sorotan lampu. Dia muncul dengan bahu-panjang, dan rambut berwarna merah tua panjang, perhiasan telinga dengan anting-anting emas. Lehernya dengan lapisan perhiasan dari perhiasan yang berharga seperti jewels, jade dan kalung mutiara biru dan karangan bunga yang tergantung kebawah menyentuh lutut. Lengan-Nya dihiasi dengan perhiasan mutiara dan jade armlets, dan pergelangan tangan yang dihiasi dengan gelang emas, yang juga dipakai pada lengan atas. Kedua tangan diletakkan bersama-sama, telapak tangan menghadap ke atas, dengan telapak tangan kiri menutup telapak kanan dengan jempol di masing-masing tangan saling menyentuh, ditempatkan di bawah pusar dan menampilkan wujud memasuki penyerapan. Dia berpakaian tipis, pakaian surgawi putih, yang memakai rok yang terbuat dari kain yang berbeda seperti brokat biru dan sutra, dan pada pinggangnya di bungkus dengan sabuk ikat pinggang berwarna hijau.

Menuju ke dalam, kebajikan dari Vairocana Buddha menerangi semua alam dharma yang tak terhingga,

Menuju ke luar mereka menyinari semua makhluk tanpa rintangan. Pahala ini terdiri dari semua kebajikan sebagai keseluruhan yang lengkap, dan tetap dalam kondisi stabil dan tidak berubah. Mereka juga mewujudkan fikiran dari semua makhluk dan semua Buddhas, dimana sinar tersebut terwujud dimana-mana. Ini adalah sinar dari Tathagata yang menyinari semua alam dharma dalam ketenangan. Vairocana tidak pernah terlihat dalam sikap berdiri, tetapi hanya dalam posisi duduk. Membawa ini lebih bermakna, karena ia adalah tokoh sentral dari Dhyani Buddhas dan foto menunjukkan dia memasuki profoundly deep meditasi. Dengan demikian, ajaran Mahamudra diawali dengan sikap meditasi dari Vairocana, di mana kaki yang bersilang vajra sikap posisi lotus penuh, dengan kedua telapak dari kaki menghadap ke atas.

Beberapa orang yang memiliki kaki yang pendek atau yang kaku sendi yang mungkin tidak mungkin untuk menyilangkan kaki mereka untuk mencapai posisi lotus penuh. Namun, mereka harus setidaknya mereka berusaha untuk menyesuaikan kedua telapak kaki menghadap ke wajah mereka ke atas dan tarik kaki ke arah badan untuk mencapai suatu sikap seimbang.

Tangan membentuk Mudra Dharmadhatu dengan telapak tangan menghadap ke atas, beristirahat di bawah titik pusar, dengan meletakkan tangan kanan diatas tangan kiri dan jempol saling menyentuh sedikit. Atau alternatif lain membentuk Mudra dengan ujung jari tengah menyentuh satu sama lain dan jempol rapat ke bawah jari telunjuk, dan memelihara Mudra ini secara konsisten. Kita dapat menggunakan salah satu dari kedua mudras.

Jauhkan dada sedikit bergerak ke atas dan bahu ke belakang. Dagu sedikit menekuk kedalam, seperti seorang prajurit yang akan menaikkan dada dan menekuk dagunya dalam latihan penghormatan.

Tekan lidah dengan lembut terhadap atas langit-langit. Ini merupakan hal yang sangat penting, seperti praktisi tao memanggil jembatan antara langit dan bumi atau membangun istana langit. Ketika para hewan tidur panjang (hibernasi), lidah mereka istirahat dalam posisi keatas menyentuh langit-langit. Ketika seorang praktisi berkeinginan belajar praktik Mahamudra, dia tidak akan dapat benar-benar masuk ke dalam ketenangan jika lidah itu tidak menyentuh atas langit-langit. Di India, perbuatan yang menekan lidah terhadap atas langit-langit disebut Khechari. Hal ini tidak dilakukan hanya dengan menyentuh di atas atap langit-langit dengan lidah, tetapi juga melipatkan lidah mundur ke dalam sehingga mencapai jauh ke dalam tenggorokan (slipping di belakang nasopharynx) dan menekan baik hingga nasal membuka. Dengan cara ini, seseorang dapat mencapai keseimbangan antara tubuh dan pikiran, untuk gangguan aliran nafas adalah ditenangkan. Dengan cara ini dapat hidup lama, dan inti kehidupan seseorang dapat disimpan tanpa kebocoran. Yang menekan dari lidah terhadap atas langit-langit membutuhkan tekukan lidah seperti kaitan ke kaitan terhadap inti lubang hidung. Praktisi tao memandang lidah sebagai jembatan antara jiwa atau roh, yang bersemayam di kepala, dan yang dihati dan tubuh seseorang.

Berikutnya petunjuk dari meditasi Vairocana sambil memandang obyek. Kebanyakan praktisi dari Mahamudra dapat duduk bersila dalam sikap lotus penuh, dengan posisi tangan di bawah pusar (istirahat dalam pangkuan), angkat dada, lalu tekan lidah terhadap atas langit-langit, namun pikiran mereka mungkin masih mengembara, menghasilkan pemikiran yang mengkhayal. Dengan demikian, apabila kita ingin menenangkan pikiran, kita harus memulai dengan fokus pada satu titik. Pelatihan dimulai dengan orang yang mengambil obyek, menempatkannya dalam lima setengah kaki (1,65 meter) dan dari mereka melihat, dan berkonsentrasi melihat dengan tatapan tanpa ragu-ragu. seseorang harus sanggup menatap dalam waktu yang cukup lama, dan sekali focus itu terbentuk, pikiran akan stabil. Atau Jika tidak, maka pikiran masih akan terus mengembara. ketika pikiran tidak terusir, tatapan mata yang tidak bersemangat membuat orang kelihatan tolol. Oleh karena itu, kita harus memulai dengan pelatihan pikiran untuk fokus pada satu titik, karena itu merupakan kunci untuk menstabilkan pikiran.

Yang pertama dari lima silsilah Buddha dari Tantrayana adalah Tathagata silsilah, juga dikenal sebagai silsilah Budha. Pemimpin Budha dari Budha adalah silsilah dari Vairocana Budha. Ibu dari garis keturunan Tathagata adalah Bodhisattva Budha Eye (Locana). The King of the Light Tathagata adalah keturunan Vijayosnisa. Salah satunya tampil dalam Wujud murka sebagai dharmapala adalah Acala (Putung ming wang). Pasangan Yab Yum dari Tathagata Lineage adalah Aparajitavidyarajni. Hati Tathagata silsilah banyak menyimpan mantras rahasia. Ini merupakan divisi dari garis keturunan Buddha, juga mencakup banyak retinues mereka. Ketika kita mulai praktik Mahamudra, kita harus terlebih dahulu mempelajari meditasi sikap dari Vairocana sehingga kita dapat memperoleh akses energi ke dalam garis silsilah Budha Vairocana dan mencapai Buddhahood dalam tubuh sekarang. Penting untuk mengetahui/memahami bahwa duduk bersila posisi lotus penuh tersebut dimaksudkan untuk memanfaatkan sirkulasi xiaxing chi (bergerak ke bawah energi yang mencakup area dari pusar ke kaki), dan bukan diambil untuk alasan biar enak dilihat. Tetapi ini adalah posisi yang membuat energi lancar bersirkulasi naik turun dengan lembut.

Letakkan tangan merata [pada pangkuan], dengan ujung dari jari tengah saling menyentuh satu sama lain, dan menjaga jempol sedikit lebih rendah dari jari telunjuk. Hal ini akan membuat tubuh dan pikiran dalam keseimbangan sempurna, dan menjaga suhu tubuh, dengan sirkulasi chi dan darah untuk tetap dalam keseimbangan yang baik.

Dengan meningkatkan dada dan dagu tekuk ke dalam, Roh dan energi beredar mengalir di seluruh tubuh tanpa hambatan. Jika kita tidak menegapkan dada kami dan menekukkan dagu, ketidakcukupan dari chi dan energi roh sejati akan mengakibatkan jatuh tertidur selama latihan. Ada banyak alasan mengapa mereka tertidur setelah memasuki meditasi. Ini semua disebabkan oleh dada tidak ditegapkan dan dagu tidak melipat ke dalam, sehingga dalam posisi ketiadaan spirit dan energi. Terlalu banyak santai akan mengakibatkan jatuh tertidur.

Bila lidah ditekan terhadap atas langit-langit, ia memungkinkan shangxing chi (arus angin atas, atau Udara dalam sanskrit) untuk berpindah ke bawah, dan xiaxing chi (arus angin bawah atau Apana dalam sanskrit) untuk berpindah ke atas. Kedua energi arus akan saling memelihara satu sama lain melalui metode ini. Ini penting akan lebih dijelaskan dalam bab ke empat.

Aksi menatap satu obyek, yang juga merupakan metode mengumpulkan energi Roh ke dalam Tianxin Lokasi [dahi, duduk di posisi mata spiritual], adalah suatu usaha latihan utama dalam Meditasi menuju jalan bercahaya, dan membantu untuk memfokuskan pikiran pada satu titik. Dengan ini fokus pikiran, seseorang dapat memasuki/terserap kedalam meditasi. Kita dapat menempatkan vajra atau dorje sejauh sekitar lima setengah kaki (1,65 meter) dari pandangan kita dan terus menatapnya. Vajra yang

merupakan benda berharga dalam upacara Tantric melambungkan tak terhancurkan. Apabila kita melihat vajra, kita harus menghormati itu seolah-olah ia adalah tablet kumala yang memanjang dari Kaisar Cina . Ini akan membuat meditasi lebih bermakna dan nyata.



Vairocana, Tathagata Matahari yang Agung, setelah menguraikan dharma di tempat tinggal Mahesvara. Tathagata yang saat itu telah muncul dalam tubuh emas, dengan rambut menumpuk di atas kepalanya, membentuk jambul (sanskrit: ushnisha) yang kelihatan seperti mahkota dengan Lima Buddhas duduk di atasnya. Tathagata yang telah memancarkan sinar banyak warna, dan berjubah sutra seperti jubah putih sempurna. Ini adalah tanda mencapai pencerahan sempurna Suddhava di Surga. Beberapa orang menganggap bahwa Vairocana, Tathagata Matahari yang Agung, adalah Dewa Matahari. Namun, saya merasa bahwa saat Great Tathagata matahari ini identik dengan matahari itu sendiri, yang merubah kegelapan menjadi terang , cahaya matahari membagi dunia ke dalam siang dan malam, dan ada tempat di mana sinar matahari tidak dapat dijangkau. Dengan demikian, kata besar/agung yang ditambahkan ke kata Matahari untuk menandakan bahwa terang Buddha adalah sepenuhnya adalah sinar kebijaksanaan dari Great Tathagata Matahari bersinar sepenuhnya untuk menenangkan seluruh semua alam dharma.

Saya akan membuka rahasia kepada Anda, para pembaca. Ketika Vairocana saat itu berada di tempat tinggal Mahesvara dan memberikan dharmataalk, di antara para penonton ada salah satu Kumara yang bernama Padmakumara.

Padmakumara merangkapkan kedua telapaknya didada dan memberi hormat kepada Buddha, *Mengapa Tathagata selalu terlihat dalam posisi duduk, dan bukan berdiri ?*

Duduk adalah untuk mematuhi ketenangan dalam alam dharma yang agung, dan saya menggunakan postur tujuh poin ke posisi duduk berfungsi sepenuhnya untuk memberi instruksi kepada semua makhluk makhluk.

Bagaimana instruksi ini diajarkan? Padmakumara bertanya.

Melalui Mahamudra yang konstan dan tak dapat dirusak, yang menharmoniskan tubuh dan pikiran.

Pertanyaan-pertanyaan Padmakumaras menggerakkan serangkaian acara yang akan berhasil di masa depan jauh di mana saya, sebagai Padmakumara, akan menyeberangkan semua makhluk makhluk. Saya menerima surat keputusan dari Vairocana dan datang ke dunia sebagai manifestasi dari Padmakumara menyampaikan Mahamudra. Ini adalah riwayatnya, dan acara itu sendiri adalah sebuah rahasia langit yang tidak misterius maupun dibuat-buat. Semuanya memiliki pola dan tujuan.

Mahamudra adalah meliputi segalanya tetapi sederhana. Seseorang harus memulai dari postur meditasi tujuh titik Vairocana , menyeimbangkan dan mengontrol fungsi chi dan meridians. Melalui posisi lotus penuh, dan Mudra meditasi, yang membuat dada ditegakkan dan menekuk sedikit dagu menekan lidah ke langit-langit , menatap satu obyek, seseorang akan menharmoniskan tubuh dan pikirannya. Hanya latihan ini yang akan membentuk dasar-dasar pelatihan ini yang merupakan prasyarat untuk seseorang dapat mulai praktik membersihkan hati mencapai kesucian dan realisasi kesempurnaan. Sebelum dapat tiba di tahap non-meditasi dan tahap non-pencapaian seseorang harus memulai persiapan awal dengan meditasi 7 point of vairocana dan mencapainya.

Mahamudra itu melibatkan praktik napas/angin, saluran dan tetes. Merupakan pendekatan untuk mencapai keBuddhaan dalam tubuh sekarang, dan bukan merupakan beberapa doktrin kosong sebagai teori yang tidak ada bukti. Itu mengharuskan seseorang untuk praktek, usaha keras dan bersadhana untuk mencapai respons spiritual yang sebenarnya, dimana dia akan mengetahui bahwa Aku, Sheng-yen Lu, tidak mengarang cerita kosong, apa yang sedang dikatakan di sini adalah benar-benar dapat terjadi dan terbukti kebenarannya.

